



**Associazione Alpinistica la Montagna**

**Alpinismo Escursionismo Natura**

Via Geo Ballestri 265 - 41058 Vignola (MO) - Aperta il Giovedì dalle ore 21:00 alle ore 23:00

[www.associazionecalpinisticalamontagnavignola.it](http://www.associazionecalpinisticalamontagnavignola.it) e-mail: [info@associazionecalpinisticalamontagnavignola.it](mailto:info@associazionecalpinisticalamontagnavignola.it)



## **USCITA DAL 21 AL 26 APRILE 2018**

### **TREKKING IN UMBRIA**

### **IL SENTIERO DEGLI ULIVI**

#### **UN ITINERARIO FRANCESCO PER RISCOPRIRE UNO SPLENDIDO MEDIOEVO**

#### **RITROVO DEI PARTECIPANTI SABATO 21 APRILE ALLE ORE 5,45, PRESSO LA SEDE DELL'ASSOCIAZIONE, PARTENZA ALLE ORE 6,00 IN PULLMAN PER SPOLETO**

L'itinerario, lungo circa 73 Km, si snoda per la maggior parte tra i 350 e i 700 metri di altitudine (fatta eccezione per il monte Subasio che supera i 1.000 metri), ed è suddiviso in 5 tappe: **SPOLETO-PORETA / PORETA-TREVI / TREVI-SASSOVIVO / SASSOVIVO-SPELLO / SPELLO-ASSISI.**

Le difficoltà sono classificate secondo il CAI di Spoleto di grado **E**. Nelle 5 tappe previste il percorso si svolge prevalentemente su sentieri e strade sterrate (in qualche breve tratto anche asfaltate) ed il dislivello in salita supera di poco i 1.000 metri. L'unico tratto difficile (solo per la scivolosità in caso di terreno bagnato), è nelle vicinanze di Eggi. Tale tratto è stato attrezzato con una fune di circa 30 m che permette di procedere in sicurezza.

**Sabato 21 aprile:** Partenza da Vignola in direzione Spoleto (PG).

**Sabato 21 aprile,** Prima Tappa: SPOLETO (340 m) – Eggi (341 m) – Bazzano Inferiore (362 m) – Bazzano Superiore (561 m) - PORETA (370 m).

Sviluppo Totale 15,500 metri – Dislivello salita 350 metri, discesa 300 metri, tempo di percorrenza 4,30 ore.

**Domenica 22 aprile,** Seconda Tappa: PORETA (370 m) – Campello Alto (486 m) – Fonti del Clitunno (280 m) Pissignano (349 m) – Convento (450 m) – S. Arcangelo (551 m) – TREVI (422 m).

Sviluppo Totale 13,00 Km – Dislivello salita 550 metri, discesa 350 metri, Tempi di percorrenza 5,30 ore.

**Lunedì 23 aprile,** Terza Tappa: TREVI (422 m) – Le Corone (550 m) – Roviglieto (709 m) Rocca di Scandolaro (538 m) – SASSOVIVO (574 m). Sviluppo Totale 16,500 – Dislivello salita 750 metri, discesa 630 metri -Tempi di percorrenza 6,00 ore.

**Martedì 24 aprile.** Quarta Tappa: SASSOVIVO (574 m) – Il Valico (762 m) – Pale (492 m) – Altolina (306 m) Belfiore (288 m) – Ponte sul Topino (260 m) – SPELLO (219 m).

Sviluppo Totale 16,500 metri – Dislivello salita 250 metri, discesa 600 metri – Tempi di percorrenza 5,30 ore.

**Mercoledì 25 aprile,** Quinta Tappa : SPELLO (219 m) – Fonte Bregno (1000 m) - Monte Subasio (1291 m) Rifugio Vallonica (1.059 m) – Eremo delle Carceri (792 m) – ASSISI (450 m).

Sviluppo Totale 13,000 metri – Dislivello salita 1.70 metri, discesa 840 metri – Tempi di percorrenza 7,00 ore.

**Giovedì 26 aprile,** rientro a Vignola.

**Il pullman ci porterà all'inizio di ogni tappa per poi riportarci all'hotel dove siamo alloggiati e viceversa.**